

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS AGRÁRIAS
CURSO DE GRADUAÇÃO EM AGRONOMIA

**HÁBITOS ALIMENTARES DOS PARTICIPANTES DA HORTA COMUNITÁRIA
URBANA NO BAIRRO SERRA ALTA, MUNICÍPIO DE SÃO BENTO DO SUL (SC)**

GEORGIA LOUISE LORENZETTI LOPES BASSO

Florianópolis - SC

2011

GEORGIA LOUISE LORENZETTI LOPES BASSO

**HÁBITOS ALIMENTARES DOS PARTICIPANTES DA HORTA COMUNITÁRIA
URBANA NO BAIRRO SERRA ALTA, MUNICÍPIO DE SÃO BENTO DO SUL (SC)**

Relatório de estágio de conclusão de curso
apresentado para obtenção do título de
Engenheiro Agrônomo da Universidade
Federal de Santa Catarina.

Orientador: Prof. Dr. Clarilton Edzard Davoine
Cardoso Ribas

Co orientadora: Renata Gomes Rodrigues

Florianópolis - SC

2011

GEORGIA LOUISE LORENZETTI LOPES BASSO

**HÁBITOS ALIMENTARES DOS PARTICIPANTES DA HORTA COMUNITÁRIA
URBANA NO BAIRRO SERRA ALTA, MUNICÍPIO DE SÃO BENTO DO SUL (SC)**

Trabalho apresentado ao Curso de Agronomia
como requisito para obtenção do título de
Engenheiro Agrônomo.

Orientador: Prof. Dr. Clarilton Edzard Davoine
Cardoso Ribas

COMISSÃO EXAMINADORA

Prof. Dr. Clarilton E. D. Cardoso Ribas

Msc. Aline Salami

Msc. Fernanda Savicki

Florianópolis, junho de 2011

AGRADECIMENTOS

A Deus, por guiar meus passos, iluminar sempre o meu caminho e me dar forças para conquistar meus objetivos e seguir em frente;

Aos meus pais e familiares, por todo amor, carinho, apoio e compreensão em todos os momentos de alegria e também nas dificuldades; Amo muito vocês!

Ao José Henrique, pelo companheirismo, amor e compreensão;

A todos os amigos que fizeram parte desta etapa da minha vida e que me ajudaram muito em todos os momentos;

Ao meu orientador, Clarilton Edzard Davoine Cardoso Ribas, pelo seu conhecimento e por ter aceitado me orientar;

Aos demais professores do curso, que fizeram a diferença para a minha formação;

A toda equipe do LECERA, em especial à Susi Mara Freddi e à Renata Gomes Rodrigues, por todo apoio e conhecimento que me proporcionaram;

A Fernanda Savicki e Aline Salami, por aceitarem participar da banca e contribuir com seu conhecimento para a melhoria do trabalho;

A todos os agricultores urbanos, com os quais tive a honra de poder conviver durante esse período, e aprender muito com a vivência de cada um;

A prefeitura municipal de São Bento do Sul, em especial à Lindacir E. Conde pela iniciativa, e por acreditar no trabalho com as hortas comunitárias urbanas;

A todos de São Bento do Sul, que sempre nos receberam com muito carinho durante todo esse tempo em que estivemos com vocês.

SUMÁRIO

LISTA DE SIGLAS	6
LISTA DE TABELAS.....	7
LISTA DE GRÁFICOS	8
LISTA DE ANEXOS	10
RESUMO	11
1 INTRODUÇÃO.....	12
1.1 OBJETIVOS	13
1.1.1 Objetivo geral.....	13
1.1.2 Objetivos específicos.....	14
1.2 JUSTIFICATIVA.....	14
2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA	17
2.1 HÁBITOS ALIMENTARES E A SEGURANÇA ALIMENTAR.....	17
2.2 AGRICULTURA URBANA E PERIURBANA (AUP).....	22
2.3 O MUNICÍPIO DE SÃO BENTO DO SUL: ASPECTOS GEOGRÁFICOS, SOCIOECONÔMICOS E CULTURAIS	25
2.3.1 O Bairro Serra Alta	26
3 METODOLOGIA	27
4 RESULTADOS E DISCUSSÕES	30
CONSIDERAÇÕES FINAIS	44
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	46
REFERÊNCIAS CONSULTADAS.....	48
ANEXOS	49

LISTA DE SIGLAS

AUP - Agricultura Urbana e Periurbana

CAAUP - Centro de Apoio a Agricultura Urbana e Periurbana

CONSEA - Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional

CSANA - Coordenadoria de Segurança Alimentar Nutricional e Abastecimento

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

LECERA - Laboratório de Educação do Campo e Estudos da Reforma Agrária

MDS - Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome

ONU - Organização das Nações Unidas

PAA - Programa de Aquisição de Alimentos

PNAD - Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios

SANS - Segurança Alimentar Nutricional Sustentável

SISAN- Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional

UFSC - Universidade Federal de Santa Catarina

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Contaminação de alimentos por agrotóxico. % de amostras irregulares (culturas que apresentam valores acima do limite máximo de resíduos permitido).....	18
Tabela 2 - Produção de alimentos (volume produzido em toneladas, dos alimentos mais consumidos pela população brasileira)	20
Tabela 3 - Tipologias possíveis para Atividades de AUP.....	23
Tabela 4 - Cronograma de execução das atividades realizadas durante o período de estágio e elaboração de TCC	29

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Descrição da etnia dos entrevistados.....	30
Gráfico 2 - Descrição das pessoas que vieram e não vieram da área rural	31
Gráfico 3 - Entrevistados que praticavam e não praticavam agricultura antes de participar da horta comunitária.....	31
Gráfico 4 - Utilização de insumos químicos pelos entrevistados que praticavam agricultura antes de participarem da horta comunitária urbana.....	32
Gráfico 5 - Principais hortaliças produzidas pelos entrevistados quando ainda moravam na área rural	32
Gráfico 6 - Principais grãos e legumes produzidos pelos entrevistados quando ainda moravam na área rural.....	33
Gráfico 7 - Principais frutas que os entrevistados tinham em suas propriedades quando ainda moravam na área rural	33
Gráfico 8 - Principais espécies criadas para auto-consumo dos entrevistados quando ainda moravam na área rural	34
Gráfico 9 - Entrevistados que possuem e não possuem horta caseira	34
Gráfico 10 - Principais hortaliças produzidas pelos entrevistados atualmente	35
Gráfico 11 - Principais frutíferas que os entrevistados tem atualmente em seus domicílios	36
Gráfico 12 - Consumo semanal dos entrevistados de frutas e hortaliças	36
Gráfico 13 - Comparativo entre a alimentação que os entrevistados tinham antigamente e a alimentação atual.....	39
Gráfico 14 - Forma das famílias entrevistadas de conseguir seus alimentos	40
Gráfico 15 - Entrevistados que recebem cesta básica.....	40

Gráfico 16 - Satisfação com a cesta básica que recebem.....	41
Gráfico 17 - Crianças que tem uma alimentação diferenciada da alimentação dos adultos	41
Gráfico 18 - Preferência dos entrevistados da fitoterapia à alopatria	42
Gráfico 19 - Decisão de compra dos alimentos nos domicílios e dos pratos a serem preparados	42

LISTA DE ANEXOS

Anexo 1. Questionário aplicado aos agricultores urbanos do bairro Serra Alta	50
---	----

RESUMO

No Brasil, a agricultura urbana vem sendo praticada ao longo dos anos por meio de hortas caseiras, comunitárias, escolares, além dos hospitais, asilos, presídios e outras instituições. Entretanto, é um tema recente ao se tratar de um programa de governo. Foram criados Centros de Apoio a Agricultura Urbana e Periurbana, que são vinculados ao Ministério do Desenvolvimento Social e Combate a Fome, com o propósito de atenuar a situação de insegurança alimentar de famílias que moram nas periferias das grandes cidades. Este trabalho tem como objetivo pesquisar os hábitos alimentares tradicionais dos participantes da horta comunitária do bairro Serra Alta, município de São Bento do Sul (SC), com o objetivo de auxiliar na escolha de hortaliças, frutíferas e ervas medicinais a serem produzidas na horta. Para isso, foram realizadas entrevistas com os participantes da horta comunitária do bairro, a fim de pesquisar suas origens, seus hábitos alimentares antigos e atuais, sua satisfação com a cesta básica, a alimentação das crianças, as ervas medicinais utilizadas, entre outras questões envolvendo a situação alimentar das famílias. Os resultados apontaram que, para os entrevistados oriundos da área rural, houve uma notável diferença entre a alimentação original e a atual; já para os entrevistados que sempre residiram em área urbana não houve uma diferença significativa. A maior parte dos entrevistados notou uma redução na qualidade e diversidade da alimentação de suas famílias ao vir para as cidades devido ao alto custo dos alimentos e ao pouco espaço para o seu cultivo; além de não saberem como são produzidos os alimentos que estão consumindo. A implantação de hortas comunitárias urbanas produzidas de forma agroecológica é uma forma de trazer alimentos limpos, de qualidade e com baixo custo para a mesa dessas famílias.

Palavras-chave: hortas caseiras/comunitárias; insegurança alimentar; qualidade e diversidade dos alimentos.

1 INTRODUÇÃO

A promoção da alimentação saudável dirigida à melhoria do padrão de nutrição da população tem como base o resgate de práticas alimentares regionais e o consumo de alimentos de produção local, possibilitando a diversidade e a alteração do atual modelo de consumo alimentar. Para isso, além das ações no campo da saúde, são necessárias medidas intersetoriais relacionadas à segurança alimentar e nutricional e ao direito à alimentação adequada, tais como a promoção e incentivo da produção e consumo de alimentos agroecológicos, o acesso à água potável para o consumo e produção, o saneamento e o fortalecimento da cultura e hábitos alimentares tradicionais, adequando os programas e ações às especificidades dos grupos sociais, culturais, étnicos e pessoas portadoras de necessidades alimentares especiais, de acordo com o Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – CONSEA (2010).

Visando atender a melhoria na alimentação de famílias em situação de insegurança alimentar, o governo federal brasileiro iniciou uma série de programas tais como o Programa de Aquisição de Alimentos (PAA), Restaurantes Populares, Centros de Apoio à Agricultura Urbana e Periurbana (CAAUP), que atuam desde o nível produtivo até o consumo, entre outros.

Segundo o MDS, o Programa de Aquisição de Alimentos (PAA) é um programa que promove o acesso de populações carentes a alimentos e também a inclusão social e econômica no campo por meio do fortalecimento da agricultura familiar; além de contribuir para o abastecimento do mercado institucional de alimentos e permitir aos agricultores familiares que estoquem seus produtos para serem comercializados a preços mais justos.

Os Restaurantes Populares são restaurantes públicos que oferecem refeições saudáveis, com preços mais acessíveis à população urbana, respeitando os hábitos alimentares regionais, e proporcionando maior acesso de pessoas carentes à uma alimentação saborosa, diversificada e de qualidade, melhorando assim sua segurança alimentar.

Os CAAUPs são vinculados ao Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (MDS) e têm o propósito (juntamente a outros programas de governo) de combater a fome e tirar pessoas carentes da situação de risco alimentar, agregando maior diversidade de alimentos à alimentação diária dessas pessoas que moram nas periferias das cidades e próximo a elas, melhorando, com isso, sua qualidade de vida.

A Agricultura Urbana é um tema recente ao se tratar de programas de governo, porém, seu uso se perde no tempo pela prática de hortas caseiras, comunitárias, escolares e de outras instituições. A produção de alimentos de forma agroecológica nas cidades e no entorno delas, é uma forma de trazer alimentos limpos e de qualidade ao meio urbano, de forma que o custo desses alimentos diminui significativamente, além promover o consumo de alimentos sem agrotóxicos e outros tipos de insumos que prejudicam sua qualidade, e consequentemente a saúde. A utilização de “vazios urbanos”, ou seja, espaços mal utilizados ou subutilizados no meio urbano, que acumulam lixo e geram doenças e não são utilizados pelas prefeituras e pela própria população, são locais com potencial de utilização para esse fim.

A implantação de hortas comunitárias em bairros carentes é uma forma de produzir alimentos em cidades que, até então, os recebiam de longe, prejudicando sua qualidade, uma vez que chegam ao local de destino lesionados, muito maduros ou com outros problemas de igual importância. Além disso, essas ações possibilitam que os alimentos sejam comercializados a preços mais baixos já que há uma diminuição de custos com transporte e mão de obra.

Diante da importância do assunto, este estudo analisará os hábitos alimentares dos participantes da horta comunitária urbana do bairro Serra Alta, localizada no município de São Bento do Sul, Estado de Santa Catarina, a fim de sugerir a inclusão de alimentos consumidos tradicionais e hoje não os são na mesma frequência, além de plantas medicinais que poderão ser utilizadas pela comunidade, valorizando a sua cultura alimentar tradicional tanto no que se refere a hábitos alimentares quanto nos cuidados com a saúde.

Este trabalho foi realizado em um Centro de Apoio a Agricultura Urbana e Periurbana (CAAUP) localizado no município de Garuva, mas com área de atuação no litoral/planalto norte de Santa Catarina, nas cidades de São Bento do Sul, Joinville, Mafra e Três Barras.

1.1 OBJETIVOS

1.1.1 Objetivo geral

Resgatar os hábitos alimentares tradicionais locais, com o objetivo de auxiliar na escolha de hortaliças e frutíferas a ser produzidas na horta comunitária do bairro Serra Alta,

no município de São Bento do Sul (SC), além de identificar hábitos culturais relacionados às plantas medicinais, aromáticas e condimentares.

1.1.2 Objetivos específicos

- Analisar os hábitos alimentares das famílias do bairro Serra Alta que participam da horta comunitária urbana;
- Identificar na cultura alimentar, alimentos abandonados ou em fase de abandono;
- Auxiliar a empreender ações que visem resgatar e valorizar a cultura alimentar local, sobretudo, estimulando sua produção na horta comunitária;
- Auxiliar na autoavaliação da comunidade quanto às questões alimentares; tendo como parâmetro uma alimentação equilibrada e saudável;
- Facilitar a escolha do que será produzido na horta comunitária, entre alimentos, plantas medicinais, aromáticas e condimentares.

1.2 JUSTIFICATIVA

Percebe-se atualmente uma gradual perda dos valores culturais e regionais relacionados à alimentação, incluindo a tendência de redução do consumo de alimentos culturais utilizados, como o arroz com feijão e de frutas, verduras e legumes regionais. Verifica-se, porém, que há um aumento no acesso a alimentos, fato que não implica em uma alimentação mais saudável, na medida em que a escolha destes alimentos recai, em grande medida, sob produtos industrializados (CONSEA, 2010).

Além disso, a população das cidades cresceu gradativamente no decorrer dos anos, e ressalta-se que, com o aumento da população nos centros urbanos, a demanda por alimentos também aumentou.

Os principais motivos que levam as pessoas a ir para as cidades são a busca por empregos com remuneração regular, a mecanização da produção rural, maior acesso a serviços públicos como hospitais, meios de transporte, educação de melhor qualidade para seus filhos. Dessa forma, deve haver uma melhoria na infraestrutura dos serviços públicos em geral, para não causar a superlotação de serviços como hospitais, transporte urbano e escola com um grande número de alunos. Além disso, é sabido que quando muitas pessoas deixam a

área rural, há uma escassez da produção de alimentos que essas pessoas estão deixando de produzir.

Muitas das pessoas que saem da área rural para tentar a vida nas cidades acabam deixando para trás o ar puro do campo, uma alimentação mais diversificada, muitas vezes sem a utilização de insumos químicos, que são prejudiciais para a saúde e para o meio ambiente, além da diversidade de alimentos produzida nas áreas rurais.

Devido às novas demandas geradas pelo modo de vida urbano, é preciso reequacionar a vida segundo as condições que ela dispõe, como tempo, recursos financeiros, locais disponíveis para se alimentar, local e periodicidade das compras e outras. As soluções são capitalizadas pela indústria e comércio, apresentando alternativas adaptadas às condições urbanas e delineando novas modalidades no modo de comer, o que certamente contribui para mudanças no consumo alimentar (GARCIA, 2003).

Segundo Crispim Moreira, diretor do Departamento de Promoção de Sistemas Descentralizados da Secretaria de Segurança Alimentar e Nutricional do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, é muito interessante analisar as experiências voltadas para garantia de acesso à alimentação nos grandes centros urbanos, que sofreram com um desordenado processo de urbanização ao longo de nossa história sem absorver adequadamente os trabalhadores que saíram do campo. Por muito tempo, foi difícil a muitos desses trabalhadores conseguirem integrar uma espécie de cinturão verde nas regiões metropolitanas que ajudasse a abastecer a cidade e também a subsistência de cada um (MOREIRA, 2008).

Maluf (2006) alega que se deve ter um reconhecimento da educação alimentar, além do ensino de boas práticas de higiene. A garantia das condições de segurança alimentar e nutricional devem estar relacionadas à preservação da cultura alimentar, ou seja, deve-se garantir a acessibilidade aos alimentos como um direito das pessoas por meio da aquisição e da produção para autoconsumo. O consumidor deve ter a capacidade de fazer suas escolhas e de saber o que realmente está comendo.

No Brasil, como em outros países em desenvolvimento, está ocorrendo um processo de massificação alimentar, segundo Braga (2004). Os hábitos alimentares dos brasileiros mudaram bastante nos últimos 30 anos, e essas mudanças são consequências dos vários processos de transformação relacionados à produção e ao consumo de alimentos. A crescente padronização e homogeneização da alimentação por meio da produção industrial em massa e o aumento de monoculturas (como o caso da soja, no Brasil) geraram, ao longo das últimas

décadas, o desmantelamento dos sistemas locais de produção, impactando diretamente na distribuição e consumo de alimentos. Além disso, esses processos afetam a diversidade alimentar e, conseqüentemente, o direito de cada pessoa ou grupo de exercer a livre escolha sobre o que consumir (BRAGA, 2004).

Para que a diversidade alimentar não seja inteiramente afetada pelo aumento das monoculturas, é que estão sendo construídas hortas comunitárias urbanas (a exemplo do bairro Serra Alta, em São Bento do Sul - SC) como alternativa às pessoas carentes, sem condições de comprar alimentos diversificados, assim terão a possibilidade de se alimentar melhor, por meio de culturas produzidas de forma agroecológica, para que a alimentação dessas famílias se torne mais rica e saudável.

2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Este capítulo destina-se a conceituar os hábitos alimentares, segurança alimentar, agricultura urbana e periurbana. Na sequência serão detalhados os dados geográficos, socioeconômicos e culturais do município de São Bento do Sul, em Santa Catarina, uma vez que é nele que está situada a horta comunitária que constitui o objeto de análise deste estudo.

2.1 HÁBITOS ALIMENTARES E A SEGURANÇA ALIMENTAR

Os hábitos alimentares dependem de vários fatores. Entre eles podem ser citados as diferenças de clima entre as regiões, solo, relevo, vegetação, além de aspectos econômicos, sociais e culturais.

O Brasil é um país de grande extensão territorial, com uma grande diversidade de culturas e etnias, além dos imigrantes, que trazem consigo seus costumes e hábitos alimentares, além de outros costumes culturais.

A segurança alimentar e nutricional das pessoas não estão relacionadas apenas ao poder aquisitivo das famílias, mas também a outros aspectos tais como ter uma alimentação com produtos livres de insumos químicos, ou seja, produtos limpos, além da diversidade de alimentos ser essencial, principalmente ao se tratar da questão nutricional.

De acordo com o CONSEA (2010), a Segurança Alimentar e Nutricional é a realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras da saúde, que respeitem a diversidade cultural e que sejam social, econômica e ambientalmente sustentáveis.

Para se ter uma alimentação balanceada, o cardápio deve ser variado e colorido. Composto de porções diárias de lipídeos, proteínas, carboidratos, vitaminas, minerais e água. Se preparada com os devidos cuidados e consumida com prazer, a boa alimentação resulta em uma vida saudável, previne doenças e evita gastos desnecessários com medicamentos, como orienta a Cartilha elaborada pela Coordenadoria de Segurança Alimentar Nutricional e Abastecimento – CSANA (2008).

Segundo o artigo 4º da Lei 11.346/2006, que institui o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN), alimentação saudável é aquela que tenha, pelo menos, um alimento de cada grupo: energéticos (fornecem carboidratos e lipídios ao corpo), construtores (fornecem proteínas ao corpo) e reguladores (fornecem vitaminas, minerais, fibras e água). Assim, é possível reunir todos os nutrientes que o corpo humano precisa para viver em equilíbrio. E para se ter uma alimentação saudável, é indispensável o consumo de alimentos livres de produtos químicos.

A tabela a seguir mostra a porcentagem de amostras irregulares de alimentos em relação à quantidade de resíduos contaminados por agrotóxicos.

Tabela 1 - Contaminação de alimentos por agrotóxico. % de amostras irregulares (culturas que apresentam valores acima do limite máximo de resíduos permitido)

Pimentão	64,36%
Morango	36,05%
Uva	32,67%
Cenoura	30,39%
Alface	19,80%
Tomate	18,27%
Mamão	17,31%
Laranja	14,85%
Abacaxi	9,45%
Repolho	8,82%
Arroz	4,41%
Maçã	3,92%
Banana	1,03%
Manga	0,99%

Fonte: ANVISA/ Programa e Análise de Resíduos de Agrotóxicos em Alimentos *in* CSANA (2008)

Os dados expostos na Tabela 1 mostram que muitos dos alimentos ingeridos possuem doses muito além da recomendada na utilização de agrotóxicos, o que consequentemente causa problemas tanto para quem aplica esses insumos, quanto para quem ingere esses alimentos. Por isso, é importante que se saiba o que se está ingerindo, para evitar problemas futuros devido à alimentação inadequada. O bem estar do corpo e da mente depende de uma alimentação equilibrada e saudável. Se o indivíduo alimentar-se bem, de forma adequada, a probabilidade de ficar doente futuramente é muito menor.

O aproveitamento integral dos alimentos representa uma forma de combater o desperdício e agregar maior valor nutricional às refeições, pois muitas vezes o que é jogado

fora, como talos, cascas e folhas, têm muito mais nutrientes que as partes que geralmente são utilizadas na alimentação.

Para a realização de uma alimentação equilibrada, a Prefeitura Municipal de Contagem (MG) elaborou uma cartilha contendo uma pirâmide alimentar: na base da pirâmide está a água e as atividades físicas, logo acima estão os carboidratos, raízes, tubérculos, pães e cereais, as frutas e hortaliças, os derivados do leite, as carnes, leguminosas, óleos e, por fim, (no topo da pirâmide) os açúcares.

As práticas alimentares expressam diferentes culturas alimentares, algumas ligadas ao que é tradicional e outras ao que é inovador. Algumas não se fixam, desaparecendo pouco a pouco. Outras se enraízam nos hábitos alimentares, podendo vir a construir verdadeiro patrimônio cultural. Outro aspecto a se considerar diz respeito à forma como se dá as escolhas alimentares, nas quais se destaca o papel exercido pela mãe/esposa/dona-de-casa na escolha dos alimentos para suas famílias (MALUF, 2006).

O ingresso da mulher no mercado de trabalho foi fator determinante para o surgimento de novas necessidades no preparo dos alimentos, a forma como isto ocorre e o tempo despendido nas atividades domésticas (BORGES, 2010). Além disso, deve-se considerar ainda a relação dos meios de comunicação social, que influenciam diretamente na questão dos hábitos alimentares, pois muito do que as pessoas consomem está relacionado com o marketing colocado, fazendo com que as pessoas comprem esses produtos devido a divulgação.

Para a cultura alimentar brasileira, deve-se considerar outros aspectos como a dimensão continental do país e a diversidade de apropriação e colonização de seu território, fazendo com que o país não tenha uma única cultura alimentar. A dimensão territorial se acrescenta à multiplicidade de influências e sua colonização em regiões específicas. E por fim, deve-se levar em conta os fatores ambientais como o clima, tipo de solo, disposição geográfica, fauna, dentre outros, e a capacidade de acesso dos diferentes grupos sociais aos alimentos. Tudo isso faz com que a cozinha brasileira tenha uma multiplicidade de culturas, marcadamente regionais, ainda que tendo um denominador comum na combinação “feijão com arroz” (MALUF, 2006).

Na tabela a seguir, será mostrado o volume produzido (em toneladas) dos alimentos mais consumidos pela população brasileira.

Tabela 2 - Produção de alimentos (volume produzido em toneladas, dos alimentos mais consumidos pela população brasileira)

Dimensão/Indicador	Brasil	Região Norte	Região Nordeste	Região Centro-Oeste	Região Sudeste	Região Sul
1.1 Arroz	12.609.060	958.567	1.088.665	1.228.751	215.857	9.117.220
1.2 Feijão	3.478.775	118.653	837.043	514.373	952.211	1.056.495
1.3 Carne Bovina (abate)	6.639.551	1.284.877	678.297	2.400.170	1.575.353	700.853
1.4 Aves (abate)	9.939.791	148.206	317.605	1.347.891	2.287.089	5.838.999
1.5 Ovos (mil dúzias)	3.074.447	101.775	479.892	277.812	1.392.398	822.570
1.6 Leite de Vaca (mil litros)	27.579.383	1.665.097	3.459.205	4.055.144	10.131.577	8.268.360
1.7 Banana	7.105.366	771.028	2.912.727	236.524	2.209.559	975.528
1.8 Laranja	18.331.978	237.293	1.756.469	135.844	15.210.940	991.432
1.9 Melancia	1.995.206	214.660	607.850	270.380	208.208	694.108
1.10 Mandioca	26.613.727	7.789.535	8.981.978	1.329.998	2.390.628	6.121.588
1.11 Batata	3.452.454	-----	293.730	248.206	1.812.447	1.098.071
1.12 Tomate	4.184.816	7.018	632.616	1.469.836	1.494.018	581.328
1.13 Pescado (t)	1.240.813,5	263.814,4	411.463,1	72.030,2	177.248,7	316.257,1

Fonte: IBGE - Produção Agrícola Municipal (Dezembro/2009); Pesquisa Trimestral de Abate de Animais (2009); Produção Pecuária Municipal (2008); Produção Agrícola Municipal (2009); Produção Agrícola Municipal (2008); MPA - Estatística Pesqueira e Aquícola (2008 a 2010)

A forma como o homem adquiriu hábitos alimentares, diferenciou-se muito de uma civilização para outra. Esses hábitos sempre estiveram ligados a fatores culturais, religiosos, sociais e econômicos (GOUVEIA, 1998 in SOUZA 2009) Enquanto que em determinados povos certos alimentos eram tidos como essenciais, em outros, eram considerados como sagrados ou proibidos (FLANDRIN e MONTANARI, 1998).

As mudanças no padrão alimentar devem ser entendidas por seus aspectos objetivos e subjetivos, levando-se em consideração a urbanidade como contexto da comensalidade contemporânea (GARCIA, 2003).

A partir dos escritos de Flandrin e Montanari (1998), depreende-se, geralmente, que o comportamento alimentar do homem distingue-se dos animais não apenas pela cozinha, mas também pela comensalidade e pela função social das refeições, havendo assim uma concordância com Garcia (2003) como citado no parágrafo anterior.

O acesso aos alimentos na sociedade moderna, predominantemente urbana, é determinado pela estrutura socioeconômica, a qual envolve principalmente as políticas econômica, social, agrícola e agrária. Assim sendo, as práticas alimentares, estabelecidas pela condição de classe social, engendram determinantes culturais e psicossociais (GARCIA, 2003).

Para o mesmo autor, as pessoas são pressionadas pelo poder aquisitivo, pela publicidade e praticidade, e com isso as práticas alimentares vão se tornando permeáveis a mudanças, representadas pela incorporação de novos alimentos, formas de preparo, preparo, compra e consumo.

Schmitz (2008) alega que estão ocorrendo transformações no Brasil, e essas transformações são relacionadas à crescente modernização e urbanização, e estão associadas a mudanças no estilo de vida e nos hábitos alimentares da população, sendo essas mudanças consideradas como favorecedoras para o desenvolvimento das doenças crônicas não-transmissíveis.

De acordo com o Instituto Nacional do Câncer, dentre as principais causas de mortalidade por câncer, estão os relacionados aos hábitos alimentares. As pessoas têm optado por alimentos mais práticos, que são menos nutritivos; além de reduzirem a ingestão de feijão, que é um alimento rico em fibras e ferro. Em 2006, 71,9% da população consumia feijão ao menos cinco vezes na semana. Em 2010, a média caiu para 65,8%. Segundo a pesquisa, esses resultados podem ser relacionados às mudanças da dinâmica da família brasileira, devido à falta de tempo para o preparo dos alimentos (INCA, 2011)

Consta no capítulo IV (consumo alimentar e nutricional) do relatório de Construção e Promoção de Sistemas Locais de Segurança Alimentar e Nutricional (2003), um trabalho realizado em Minas Gerais, com entrevistados do meio rural e urbano, no qual se avaliou algumas diferenças em relação à alimentação que tais pessoas tinham antigamente e a alimentação que tem hoje. Nesse estudo foi constatado que há diferenças entre a alimentação de antigamente e atual.

Para as pessoas do meio rural, as principais diferenças foram em relação a alguns fatores como: no passado, a alimentação era mais saudável e natural (16,2%); a facilidade de acesso e maior variedade de alimentos (15,2%); presença de benefício atual para compra de alimentos (13,3%); no passado plantava-se, hoje os alimentos vêm de fora (13,3%); restrições ao plantio e à alimentação principalmente por conta do desemprego (12,4%); e ao fato de que no passado, segundo os entrevistados, comia-se melhor (12,4%), de acordo com os dados divulgados pelo Centro de Referência em Segurança Alimentar e Nutricional – CERESAN (BURLANDY *et al.*, 2006).

Já no meio urbano, o estudo destacou com 36% de ocorrências à "alimentação mais saudável e natural no passado"; seguindo do fato de que no passado, plantava-se, hoje os

alimentos vêm de fora (14,4%); e restrições ao plantio e à alimentação, principalmente por conta do desemprego (12,8%) (BURLANDY *et al.*, 2006).

Dados do IBGE de 2004 a 2009 mostram que o número de domicílios brasileiros que se encontrava em algum grau de insegurança alimentar caiu de 34,9% para 30,2% entre 2004 e 2009. Isso significa que, no ano de 2009, 65,6 milhões de pessoas residentes em 17,7 milhões de domicílios apresentavam alguma restrição alimentar ou, pelo menos, alguma preocupação com a possibilidade de ocorrer restrição devido à falta de recursos para adquirir alimentos. Esses dados são revelados pelo levantamento suplementar da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios – PNAD (2009) sobre segurança alimentar, que registrou, ainda, que 69,8% dos 58,6 milhões domicílios particulares no Brasil estavam em situação de segurança alimentar. Era 40,9 milhões de residências com 126,2 milhões de pessoas, o equivalente a 65,8% dos moradores em domicílios particulares do país (IBGE, 2010).

Em uma conjuntura marcada pelo aumento da renda familiar, tanto no campo quanto na cidade, a tendência é de elevação da demanda por alimentos no País. Contudo, o ritmo de crescimento da produção agrícola em grande medida destinada à exportação é muito superior ao da produção de alimentos destinados ao consumo interno (CONSEA, 2010).

No período 1990-2008, a produção de cana-de-açúcar cresceu 146% e a de soja 200%, enquanto o crescimento da produção de feijão foi de 55%; de arroz, 63%; e de trigo, 95%. A área plantada dos grandes monocultivos avançou consideravelmente em relação à área ocupada pelas culturas de menor porte, mais comumente direcionadas ao abastecimento interno. Apenas quatro culturas de larga escala (milho, soja, cana e algodão) ocupavam, em 1990, quase o dobro da área total ocupada por outros 21 cultivos. Entre 1990 e 2009, a distância entre a área plantada dos monocultivos e estas mesmas 21 culturas aumentou 125%, sendo que a área plantada destas últimas retrocedeu em relação a 1990. A monocultura cresceu não só pela expansão da fronteira agrícola, mas também pela incorporação de áreas destinadas a outros cultivos (CONSEA, 2010).

2.2 AGRICULTURA URBANA E PERIURBANA (AUP)

A Agricultura Urbana e Periurbana (AUP) é um conceito multidimensional que inclui a produção, o agroextrativismo e a coleta, a transformação e a prestação de serviços, de forma segura, para gerar produtos agrícolas (hortaliças, frutas, plantas medicinais, plantas ornamentais etc) e pecuários (animais de pequeno, médio e grande porte) voltados ao

autoconsumo, trocas e doações ou comercialização, (re) aproveitando-se, de forma eficiente e sustentável, os recursos e insumos locais (solo, água, resíduos sólidos, mão-de-obra, saberes etc). Pode-se praticar essas atividades nos espaços intraurbanos ou periurbanos, estando vinculadas às dinâmicas urbanas ou das regiões metropolitanas e articuladas com a gestão territorial e ambiental das cidades (SANTANDREU e LOVO, 2007).

Para os mesmos autores, a AUP contribui para promover cidades produtivas e ecológicas, que respeitam a diversidade social e cultural e que promovem a segurança alimentar e nutricional. A AUP é praticada por indivíduos ou organizações, nas mais diversas condições. A prática da AUP está relacionada também ao lazer, à saúde, à cultura, à economia e ao ambiente, e pode ser realizada em espaços públicos e privados, dentro do perímetro urbano, e ainda no espaço periurbano de um município (SANTANDREU e LOVO, 2007). Dessa forma, foi adotada uma tipologia que consegue caracterizar a diversidade de espaços possíveis de serem utilizados para AUP, mostrados na tabela a seguir.

Tabela 3 - Tipologias possíveis para Atividades de AUP

Tipologia	Espaços Característicos
Espaços Privados	Lotes vagos; terrenos baldios particulares ou com dúvidas sobre a propriedade; lajes e tetos; quintais ou pátios; áreas periurbanas; áreas verdes em conjuntos habitacionais.
Espaços Públicos	Terrenos de propriedade municipal, estadual e federal com espaços possíveis de utilização.
Verdes Urbanos	Praças e parques.
Institucionais	Escolas e creches; posto de saúde; hospitais; presídios; edifícios públicos e privados.
Não Edificáveis	Laterais de vias férreas; laterais de estradas e avenidas; margens de cursos d'água; áreas inundáveis; faixa sob linhas de alta tensão; ambientes aquáticos (rios e lagoas).
Unidades de Conservação	Áreas de proteção ambiental; reservas ecológicas; outras unidades desde que seja permitido o manejo e uso de potencialidades.
Áreas de Tratamento	Aterro sanitário e lagoas de oxidação.

Fonte: Terrile (2006, *apud* CSANA, 2008)

A agricultura urbana e periurbana é uma forma de trazer para as cidades alimentos que seriam produzidos longe de sua localização geográfica. Como consequência, além do preço dos produtos, há de se considerar também custos com mão de obra e transporte até o local de destino desses alimentos. Esses alimentos demoram a chegar ao seu local de destino e, quando chegam, muitas vezes estão lesionados e em estado de conservação não adequado. Com isso,

os produtos que chegam em melhor estado de conservação têm seus preços mais elevados do que se fossem produzidos nas cidades, se forem produzidos da mesma forma.



Foto 1: Inauguração da horta comunitária.

Praticar agricultura urbana em hortas comunitárias não significa apenas produzir alimento dentro das cidades para fins de contribuição a uma alimentação mais saudável. É também uma forma das pessoas se conhecerem melhor, fazerem amizade, trocarem receitas com os produtos da horta (desde hortaliças, frutas, legumes, até as plantas medicinais), do embelezamento das cidades com as flores, além de ser um espaço de terapia para muitas pessoas.

No Brasil, existem centenas de governos locais e organizações de agricultores familiares com programas transformadores implantados no interior das cidades e nas suas periferias. São hortas comunitárias em terrenos urbanos, feiras de produtores para a comercialização direta da AUP nos centros das cidades, pequenas agroindústrias cooperativas urbanas processadoras de alimentos, dentre outros. Todavia, boa parte desses agentes ainda não associa tal prática à tarefa política proposta pelo movimento social e político de defesa e promoção da AUP no País. Um desafio posto é alçar a prática da AUP do campo das alternativas técnicas para uma alternativa política voltada para promover a soberania e segurança alimentar, a inclusão social e produtiva das famílias nos territórios empobrecidos urbanos (MOREIRA, 2008).

2.3 O MUNICÍPIO DE SÃO BENTO DO SUL: ASPECTOS GEOGRÁFICOS, SOCIOECONÔMICOS E CULTURAIS

A população total do município, segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE (2010) é de 74.797 habitantes, dos quais 71.230 são considerados urbanos e 3.567 habitantes estão na área rural. A incidência da pobreza no município está em 30,92% (IBGE, 2003). Em relação à localização geográfica, está situado no planalto Norte de Santa Catarina, na microrregião do Alto vale do Rio Negro. A área é de 496Km². A altitude em relação ao nível do mar é de 838 metros. A altitude máxima nos limites do município é de 1.110 metros, localizada próximo às nascentes dos rios Natal, da Vargem e do Ribeirão da Pedra Alta, na localidade de Rio Vermelho (Bechelbronn), de acordo com o levantamento planaltimétrico da Força Aérea Americana, de 1966.

Segundo o que consta no site da prefeitura do município (2011), o clima é temperado e a distribuição de chuvas irregular durante o ano, com registros pluviométricos médios de 1.200 / 1.600mm de precipitação anual. A umidade relativa do ar está em 88%, e a temperatura média anual é em torno de 16,40°C.

O solo é silto-argiloso, e o seu relevo é 50% suavemente ondulado no planalto e 50% entre fortemente ondulado e montanhoso. A vegetação é de mata de Pinhais e Mata Atlântica, ou tropical de encosta, denominada Floresta Ombrófila Densa, é uma mata higrófila (que gosta de água), latifoliada (plantas de diversas espécies), que possui muitas espécies de árvores como cedro, embaúba, peroba etc. além de palmitos e outros vegetais como xaxins, cipós, bromélias, musgos etc. Em relação a hidrografia, está o rio Negro (afluentes: rio Negrinho, rio São Bento, rio Banhados, rio Campininhas, rio Represo) e rio Humboldt (afluentes: rio dos Bugres, rio Natal, rio Ano Bom); de acordo com a Prefeitura Municipal de São Bento do Sul, (2011).

Em relação à sua economia, os principais produtos produzidos são oriundos dos ramos mobiliário, higiene e limpeza, metalúrgica, fiação e tecelagem cerâmica, plástico e comércio. Os principais produtos agrícolas da região são o milho e o feijão e as principais atividades pecuárias são a criação de gado de leite e de corte. Existe também extração mineral de Caulim, areia e saibro. São Bento do Sul é também o primeiro polo exportador de móveis do Brasil e o quarto maior exportador do estado de Santa Catarina (Prefeitura Municipal de São Bento do Sul, 2011).

Para a mesma prefeitura, uma provável origem do estabelecimento deste ramo industrial, deve-se ao fato de que os equipamentos utilizados para o trabalho agrícola anteriormente eram retirados de madeiras como a imbuía, pinheiro, canela, dentre outros. E desde então, São Bento do Sul começou a traçar o seu futuro no ramo moveleiro. São Bento do Sul é considerada a cidade da música, do folclore, terra dos móveis, e, recentemente, do ecoturismo.

2.3.1 O Bairro Serra Alta

A horta estudada está localizada no bairro Serra Alta, que segundo dados da Prefeitura Municipal de São Bento do Sul, possui uma população total de 10.647 pessoas, sendo que 5.391 são homens e 5.256 são mulheres¹.

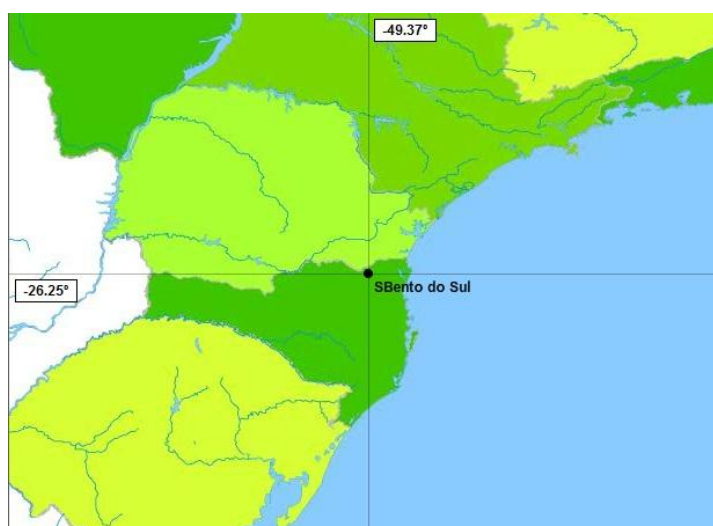


Foto2: Município de São Bento do Sul

¹ Disponível em: http://www.saobentodosul.sc.gov.br/?pagina=economico&sub=populacao_bairro. Acesso em: 26/03/2011

3 METODOLOGIA

O estágio de conclusão de curso foi realizado na Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), no Laboratório de Educação do Campo e Estudos da Reforma Agrária (LECERA), entre os meses de fevereiro a junho de 2011. Nesse período foram realizados trabalhos de campo para acompanhamento das atividades do CAAUP, como reuniões com o comitê gestor do município de São Bento do Sul, oficinas de manejo do solos, compostagem, manejo da horta, tipos de canteiros, materiais para montagem dos canteiros, motivação com as comunidades do município. Também a campo se realizou as entrevistas com a comunidade do bairro Serra Alta para a realização deste trabalho, dentre outras atividades relacionadas.

Este é um trabalho que está sendo realizado em um CAAUP, com apoio financeiro do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate a fome (MDS), localizado em Garuva, mas com área de atuação nos municípios de Joinville, São Bento do Sul, Mafra e Três Barras. Trata-se de uma horta comunitária do bairro Serra Alta, no município de São Bento do Sul (SC), e as pessoas envolvidas participam da horta em referência.

Para a realização deste trabalho, foram necessárias saídas a campo, que foram feitas nos meses de fevereiro a abril, para conhecer melhor as pessoas que participam da horta, e também do tema proposto. A seguir está uma foto de parte dos participantes da horta comunitária urbana do bairro Serra Alta.



Foto 3: Agricultores Urbanos Trabalhando no multirão para a montagem da horta comunitária

Desde o princípio foi realizada uma pesquisa sobre os hábitos alimentares e a segurança alimentar, exposta na revisão bibliográfica, para que então houvesse a elaboração

do questionário (ver anexo), realizado no mês de março, o qual teve embasamento teórico em um diagnóstico participativo da situação alimentar e nutricional de uma comunidade em geral, realizado pela Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação - FAO (1997).

As saídas a campo para São Bento do Sul, para melhor conhecimento da comunidade e a confecção do questionário, ocorreram de forma simultânea.

As entrevistas foram aplicadas a vinte pessoas participantes da horta comunitária, no mês de abril, no Centro Social Urbano do bairro, local onde está implantada a horta. As vinte pessoas participantes da entrevista são a totalidade de pessoas que participam atualmente da horta em referência.



Foto 4: Entrevista com os agricultores urbanos do bairro Serra Alta.

A foto acima mostra uma das entrevistas realizadas com os agricultores urbanos. O objetivo principal das entrevistas foi o de resgatar os hábitos alimentares tradicionais das pessoas da comunidade local, com vistas a auxiliá-las na escolha de hortaliças, frutíferas e medicinais a ser produzidas na horta comunitária do bairro Serra Alta.

Tabela 4 - Cronograma de execução das atividades realizadas durante o período de estágio e elaboração de TCC

Atividades a serem realizadas	Fevereiro	Março	Abril	Maiο	Junho
Revisão Bibliográfica	X	X	X	X	
Idas a campo para acompanhamento e conhecimento das hortas e da comunidade	X	X	X		
Elaboração do questionário semiestruturado		X			
Realização das entrevistas			X		
Confecção do TCC	X	X	X	X	X (ajustes finais)
Entrega do TCC final e defesa					X

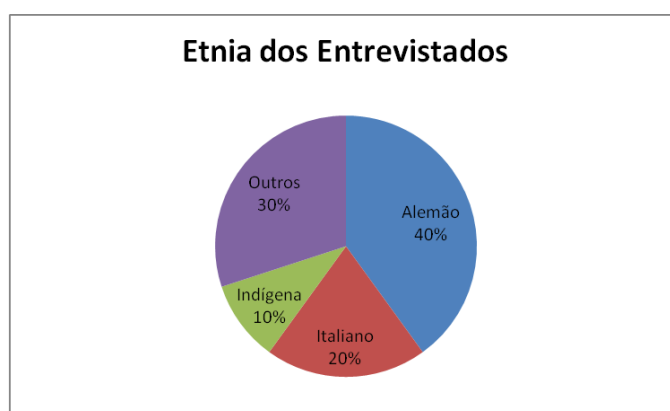
Fonte: autora (2011)

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A horta começou a produzir em abril de 2011. Esta possui 1000m² de área, e atualmente pouco menos da metade da área está ocupada com o plantio. As vinte pessoas entrevistadas são a totalidade de pessoas participantes da horta no momento.

Para a elaboração dos gráficos utilizados neste trabalho, foram utilizadas as respostas dos questionários aplicados aos agricultores urbanos do bairro Serra Alta.

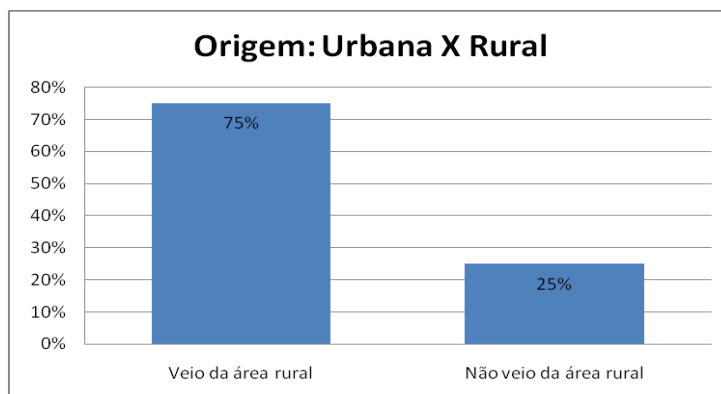
Gráfico 1 - Descrição da etnia dos entrevistados



Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

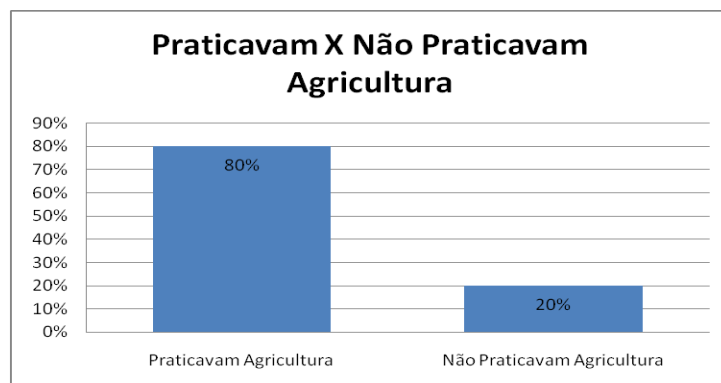
A ascendência dos entrevistados está diretamente relacionada com os hábitos alimentares dessas pessoas, devido aos seus antecessores. A maior parte dos entrevistados possui ascendência alemã, italiana ou polonesa; e a base da alimentação dessas culturas é a massa (macarrão), batata, salada de repolho, batata doce, aipim, polenta, leite, tomate, pepino, diversos tipos de sopa, dentre outros. Alimentos que também são muito consumidos pelas pessoas entrevistadas, principalmente pelos que vieram da área rural.

Para Pinheiro (2005), ao realizar um trabalho sobre a história dos hábitos alimentares ocidentais, observou que no Brasil há uma grande miscigenação nos hábitos alimentares, gerando assim uma certa influência de outros povos na alimentação dos brasileiros. Há uma série de fatores que influenciam a alimentação, tais como fatores sócioeconômicos, étnicos e culturais.

Gráfico 2 - Descrição das pessoas que vieram e não vieram da área rural

Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

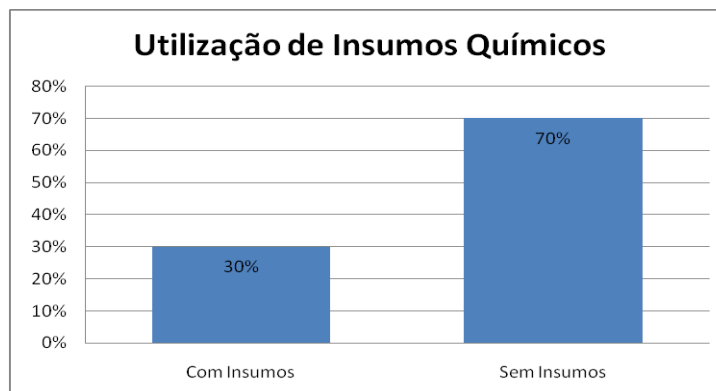
A maioria dos entrevistados é proveniente da área rural e sua alimentação quando ainda moravam no campo era mais diversificada, além de ser uma alimentação mais “natural”, corroborando o trabalho realizado em Minas Gerais já descrito anteriormente, em que as pessoas tanto do meio rural quanto da área urbana constataram que comiam melhor no passado, pois a alimentação era menos industrializada e diversificada.

Gráfico 3 - Entrevistados que praticavam e não praticavam agricultura antes de participar da horta comunitária

Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

Todos os entrevistados que vieram da área rural tiveram um maior contato com a agricultura anteriormente; porém, apenas uma pessoa que não oriunda da área rural já havia praticado agricultura antes de participar da horta comunitária.

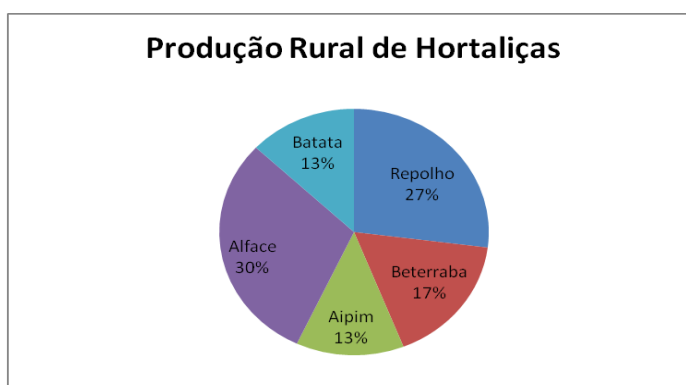
Gráfico 4 - Utilização de insumos químicos pelos entrevistados que praticavam agricultura antes de participarem da horta comunitária urbana



Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

Todos os entrevistados estão conscientes dos problemas que podem ser ocasionados quando se utilizam produtos químicos em geral nos alimentos que o ser humano ingere. E, devido a isso, é que a maioria deles não utilizava nenhum desses produtos quando morava na área rural, mantendo assim uma produção limpa de alimentos, principalmente porque era uma produção para autoconsumo. Porém, alguns dos entrevistados que utilizavam insumos químicos na produção o faziam devido ao fato de trabalharem para outras pessoas como “bóias frias”.

Gráfico 5 - Principais hortaliças produzidas pelos entrevistados quando ainda moravam na área rural

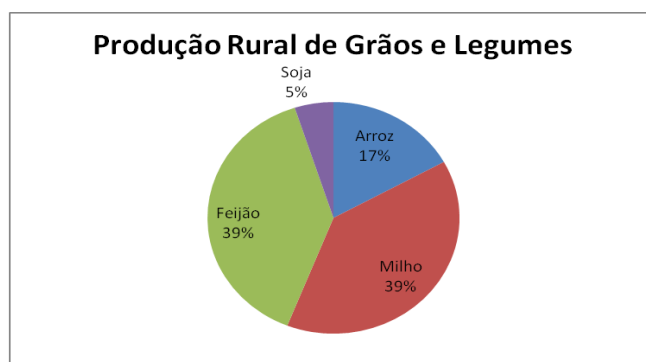


Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

Outra pergunta feita apenas aos participantes da horta que moravam antigamente na área rural, foi sobre os alimentos que eles produziam anteriormente em suas propriedades. A produção era bastante diversificada, contendo dentre as hortaliças produzidas o repolho, a beterraba, o aipim, o alface e a batata. A partir desses dados, elaborou-se um gráfico (Gráfico

5), que mostra a porcentagem de pessoas que produziam anteriormente esses alimentos. Além dos alimentos citados, ainda produziam em menor escala o couve-flor, taiá-japão, cenoura, acelga, cebolinha, salsinha, alho, cebola, coentro, rúcula, tomate, rabanete, chuchu, pepino, inhame, batata-doce, dentre outros.

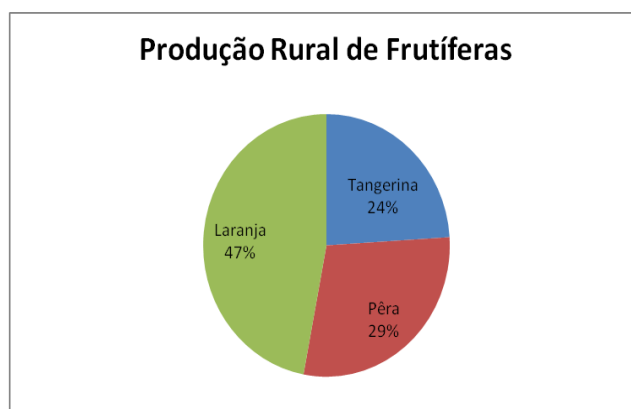
Gráfico 6 - Principais grãos e legumes produzidos pelos entrevistados quando ainda moravam na área rural



Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

A produção de grãos e legumes na área rural era menos diversificada em relação às hortaliças, contendo dentre os principais produtos feijão, soja, milho e arroz, como mostra o Gráfico 6. E além desses, ainda plantavam trigo, centeio e café.

Gráfico 7 - Principais frutas que os entrevistados tinham em suas propriedades quando ainda moravam na área rural

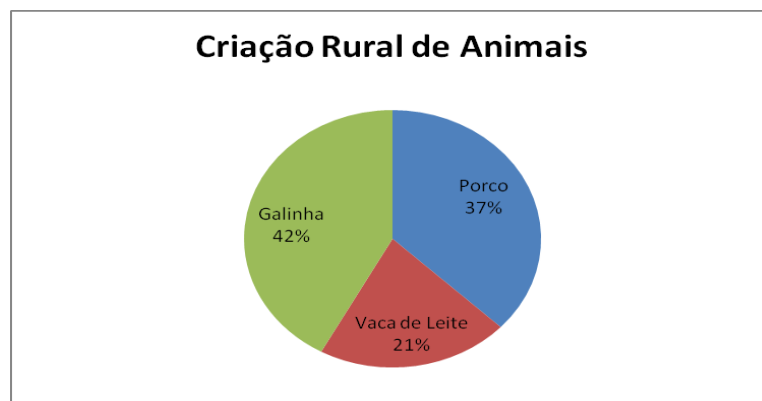


Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

Entre as principais frutíferas que os entrevistados possuíam em suas propriedades estão a pêra, a tangerina e a laranja (representadas com suas respectivas porcentagens no Gráfico 7).

E além dessas, produziam maçã, banana, limão, melancia, pêssgo, ameixa, caqui, uva, manga e abacate.

Gráfico 8 - Principais espécies criadas para auto-consumo dos entrevistados quando ainda moravam na área rural

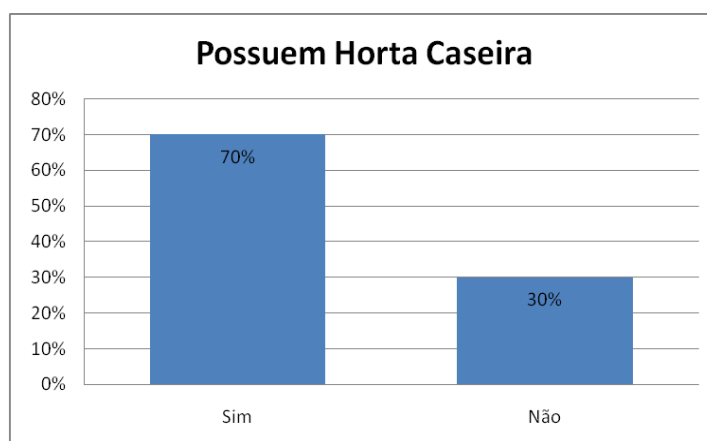


Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

Nem todos os entrevistados possuíam criação de animais em suas propriedades. Os principais animais criados para auto-consumo da família eram a galinha, o porco e a vaca de leite, que estão representados no gráfico 8. Além desses, havia criação de cabrito, peru, pato, cavalo e marreco.

Havia também a produção de algodão e fumo, que eram utilizados para venda.

Gráfico 9 - Entrevistados que possuem e não possuem horta caseira

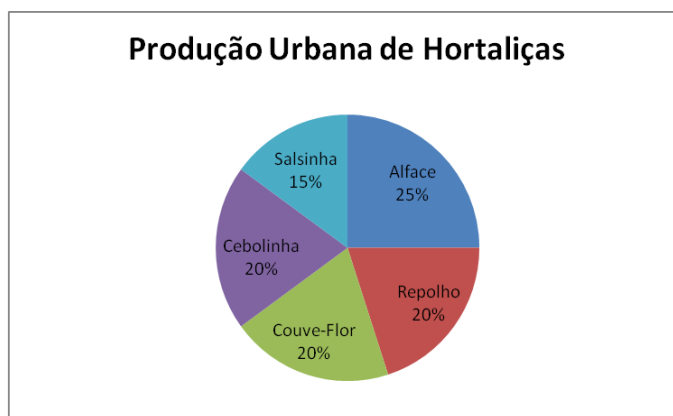


Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

A maior parte dos entrevistados (70%) possui uma horta em seus domicílios, como consta no Gráfico 9, entretanto, com menor diversidade e quantidade em relação ao que tinham anteriormente.

Ter uma horta e um pomar em casa para a maioria dos entrevistados, mesmo que em menor quantidade e variedade, é a garantia de uma alimentação melhor e mais variada, sem depender apenas do “arroz com feijão”, que grande parte das famílias recebe nas cestas básicas entregues pelo Centro de Referência em Assistência Social (CRAS) do município. Hortaliças e frutas são muito importantes nas refeições diárias, e para essas famílias, o que plantam em seus domicílios é muitas vezes o que eles podem ter de verduras e frutas, pois não é sempre que podem comprar devido ao alto preço de muitos desses alimentos. Além disso, o que plantam em suas casas são produtos sem agrotóxico, ou seja, um alimento mais saudável, que eles sabem como foram produzidos.

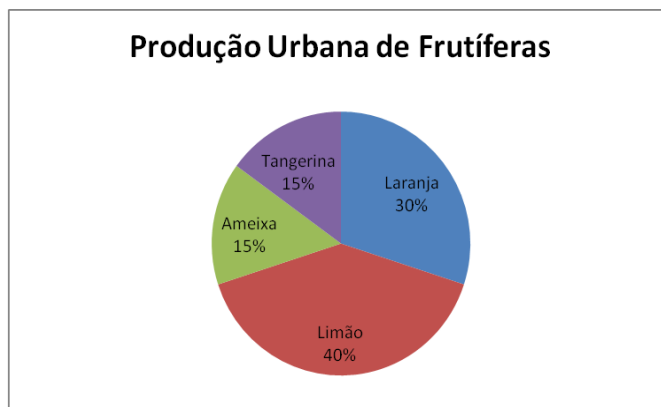
Gráfico 10 - Principais hortaliças produzidas pelos entrevistados atualmente



Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

Além das principais hortaliças produzidas pelos entrevistados em seus domicílios, como a salsinha, o alface, o repolho, o couve-flor e a cebolinha, representadas no Gráfico 10, produzem também cenoura, brócolis, feijão de vagem, chuchu, taiá, batata-salsa, beterraba, pepino, tomate japonês, tomate, cebola, nabo, aipim e batata doce.

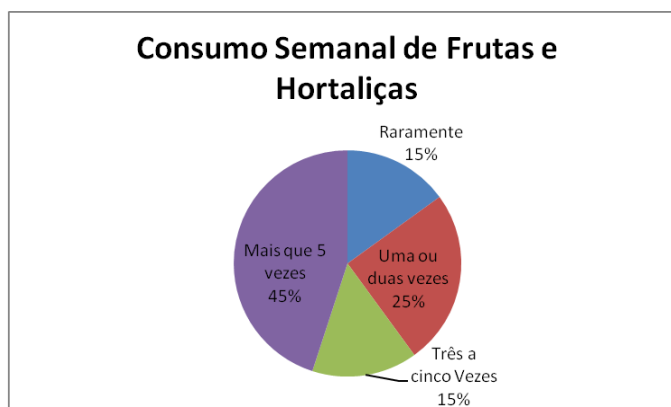
Gráfico 11 - Principais frutíferas que os entrevistados tem atualmente em seus domicílios



Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

Entre as principais frutas que os entrevistados possuem em suas residências estão a ameixa, a tangerina, a laranja e o limão (representadas em porcentagem no Gráfico 11). Além dessas, possuem a goiaba, cereja, aritcum, caqui, maçã, pêssago, manga, abacate e morango. Todos os alimentos plantados são aproveitados para o consumo das famílias, sem restrições.

Gráfico 12 - Consumo semanal dos entrevistados de frutas e hortaliças



Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

A maior parte das pessoas entrevistadas consome mais hortaliças que frutas durante a semana, sendo que, de todas que consomem hortaliças mais de cinco vezes por semana, consomem porque os produzem em suas casas. Se tivessem que comprá-los diariamente seria mais difícil. Como mostra o Gráfico 12, 15% dos entrevistados consome esses alimentos

raramente, o que é uma situação preocupante, pois, segundo os entrevistados, não tem condição financeira para comprá-los.

Outra pergunta foi em relação à base da alimentação das pessoas no café da manhã, almoço e jantar de antigamente (de quando essas pessoas moravam na área rural) e de atualmente.

A alimentação no café da manhã de antigamente das pessoas que sempre moraram na área urbana era o pão, café preto para a maioria das pessoas, ou café com leite para a minoria, chá, bolo ou bolacha às vezes.

A alimentação no café da manhã de antigamente das pessoas que residiam na área rural baseava-se em toicinho, ovos com pão de fubá, batata-doce, polenta com café, revirado de feijão (para a maioria das pessoas), pão de milho com banha de porco, mandioca frita, carne de porco, banana frita, pão com linguiça, bolinho de massa (farinha de milho com banha e sal), *freestick* (torresmo prensado), nata, café com leite, broa de centeio e frutas.

Houve uma nítida diferença entre o café da manhã consumido antigamente pelas pessoas que residiram na área rural e pelas pessoas que sempre residiram em área urbana. Porém, a alimentação das pessoas que residiram antes na área rural não é necessariamente melhor que a alimentação das pessoas que moraram sempre na cidade. Apesar das pessoas que vieram do campo terem antigamente uma alimentação mais diversa, com mais frutas, verduras e outros alimentos disponíveis mais naturais, sem utilização de agrotóxicos, estas se alimentavam também de muitos alimentos gordurosos, que hoje não são mais consumidos com frequência. É importante ressaltar que apesar das calorias ingeridas antigamente no café da manhã pelas pessoas que vieram da área rural seja maior em relação às da cidade, o esforço físico e a carga de trabalho também era maior que nos dias de hoje, visto que atualmente a mecanização está presente em grande parte das propriedades rurais.

Atualmente, a alimentação é menos diversificada para aquelas pessoas que moravam anteriormente na área rural; porém, para as pessoas que sempre residiram na cidade não houve uma diferença muito significativa na alimentação de antigamente para a atual.

Nos dias de hoje, a base da alimentação do café da manhã de todos os entrevistados é o café puro ou com leite, ou chá, pão com manteiga, pão com doce ou puro, ou então só uma fruta, ou raramente não tomam café da manhã. A maior parte das pessoas entrevistadas tomava apenas o café puro ao invés de café com leite, pois não tem condições financeiras de ter o leite com uma certa frequência .

Já no almoço, os entrevistados que vieram da área rural, antigamente se alimentavam com maior frequência de aipim, batata doce, carne de frango, carne de porco e polenta. Para as pessoas que sempre moraram na área urbana não teve uma diferença significativa na alimentação.

A base da alimentação atual dos entrevistados é o arroz, o feijão e o macarrão. Aqueles que possuem uma horta e um pomar em seus domicílios, alimentam-se com mais frequência de frutas e verduras, pois se nota a dificuldade dessas pessoas em comprar frutas e verduras para sua alimentação.

A grande diferença na alimentação da maior parte dessas pessoas, principalmente dos que vieram da área rural, é que, segundo eles, a alimentação de antigamente era mais saudável, natural e saborosa, pois eram eles que produziam esses alimentos (frutas, verduras) e que criavam os animais (frango, porco e vaca de leite) para autoconsumo. Hoje em dia, a maior parte dos alimentos (carnes, ovos, leite, algumas verduras) são comprados e, de acordo com os entrevistados, não têm a qualidade dos alimentos que produziam na roça, de forma mais natural, com as verduras produzidas sem a utilização de insumos químicos e os animais criados soltos.

Assim como no almoço, no jantar não houve grandes mudanças para as pessoas que sempre tiveram sua vida na cidade. Em geral, a maior parte dessas pessoas tem a mesma alimentação no almoço e no jantar (arroz, feijão, macarrão) e, às vezes, a carne e verduras. Outros tomam apenas uma sopa acompanhada de pão.

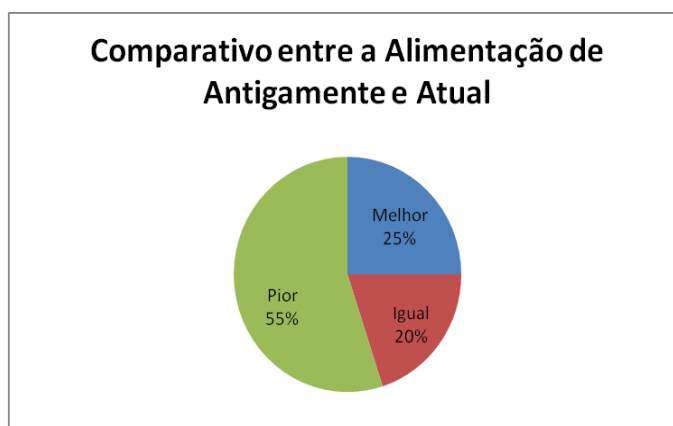
Já para os entrevistados que vieram do campo, a diferença notável é que antigamente tinham uma maior variedade de alimentos em todas as refeições, pois a maior parte dos alimentos era produzida para seu próprio consumo. Muitos só compravam o café e o açúcar, o restante dos alimentos vinha de sua produção.

Os alimentos que os entrevistados comiam antigamente e hoje não comem mais e que sentem falta são: o macarrão caseiro, os doces, as carnes (galinha caipira, porco), ovos, leite, torresmo, toucinho de porco, aipim, batata doce, pão de cará, polenta, mais frutas e verduras sem agrotóxico.

A mudança nos hábitos alimentares dessas pessoas ocorreu, segundo seu próprio depoimento, de forma geral, devido ao fato das residências urbanas não possuírem tanto espaço físico quanto as áreas rurais para o plantio e criação de animais. Além disso, quando moravam na roça, a maior parte dos alimentos era produzida por eles para autoconsumo e sem a utilização de insumos químicos para a maioria.

Em um contexto geral, o que pôde ser observado a partir da alimentação dos entrevistados, é que as pessoas que já moraram em área rural, antigamente tinham uma alimentação mais diversificada e natural. Atualmente, as pessoas dependem em sua maioria da compra desses alimentos ou de cestas básicas, pois não os produzem da mesma forma em seus domicílios. Além do preço dos alimentos ter encarecido e da falta de tempo para seu preparo, pois em algumas famílias as mulheres também trabalham fora de casa; corroborando com Garcia (2003) e Flandrin e Montanari (1998), quando se referem às mudanças no padrão alimentar devido à urbanidade, sendo que devem ser considerados aspectos como a questão social, econômica e de comensalidade, ou seja, a questão do tempo que se tem para o preparo dos alimentos.

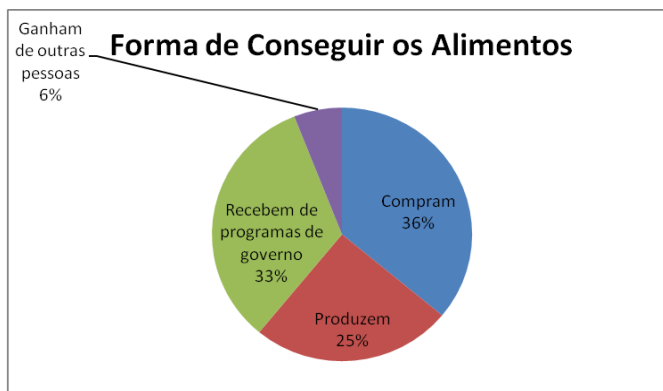
Gráfico 13 - Comparativo entre a alimentação que os entrevistados tinham antigamente e a alimentação atual



Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

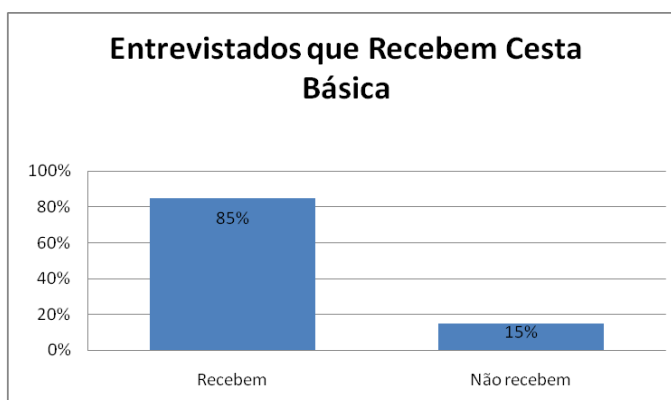
Os entrevistados que disseram estar alimentando-se de forma pior em relação ao passado, alegam que é devido ao fato de consumirem alimentos com agrotóxico, pois alguns alimentos não têm mais o mesmo sabor de antes. Também se produzia grande parte do que se consumia, e hoje boa parte da comida é comprada, o que torna mais cara a alimentação.

As pessoas que disseram estar se alimentando melhor hoje são, em sua maioria, pessoas que sempre moraram na cidade, e que alegam ter, hoje, melhores condições financeiras para comprar os alimentos do que tinham anteriormente. Outras pessoas, por motivos de doença, alegam estar controlando mais a alimentação, e por isso se alimentando melhor.

Gráfico 14 - Forma das famílias entrevistadas de conseguir seus alimentos

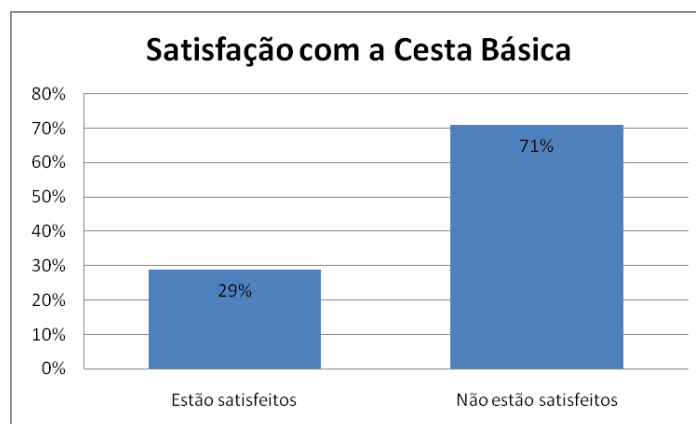
Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

A maioria dos alimentos dos domicílios precisam ser comprados e outra parte desses alimentos, para a maioria, vem de cestas básicas recebidas do CRAS. As assistentes sociais do CRAS trabalham as questões sociais com pessoas carentes do bairro, e parte dessas pessoas estão envolvidas na horta comunitária, com a perspectiva de terem uma alimentação mais diversificada e mais saudável. Outra parte dos alimentos são produzidos em suas casas, e outra parte recebem de outras pessoas, geralmente alguém da família (mãe, pai ou irmãos), como mostra o Gráfico 14.

Gráfico 15 - Entrevistados que recebem cesta básica

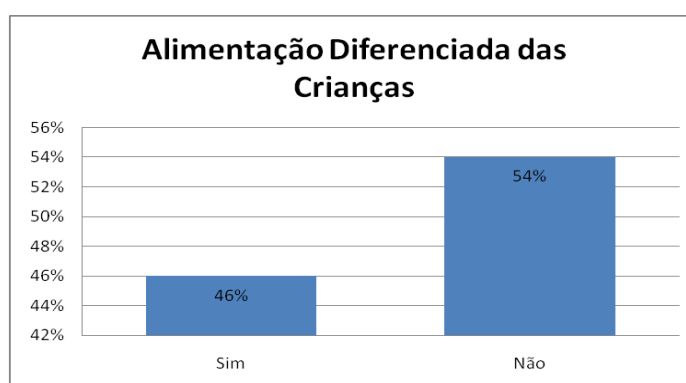
Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

Grande parte (85%) dos entrevistados recebem a cesta básica do CRAS, como mostra o Gráfico 15. A cesta básica é composta de 5 kg de arroz, 2 kg de feijão, 1 kg de trigo, 1 óleo, 1kg de açúcar e um pacote de macarrão.

Gráfico 16 - Satisfação com a cesta básica que recebem

Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

De acordo com a pesquisa, a maioria dos entrevistados que recebe cesta básica não se sente satisfeito com a quantidade e variedade de alimentos que contém na cesta. Para eles, alguns alimentos poderiam ser acrescentados à cesta para melhorar a alimentação das famílias, como verduras, frutas, café, sal, chá, leite, sardinha, produtos de limpeza, sopa, ovos, vinagre, fermento, farinha de centeio, bolacha, polenta, além de mais arroz, feijão, trigo, açúcar e macarrão, pois, segundo eles, o que recebem não é suficiente para alimentação das famílias até o fim do mês.

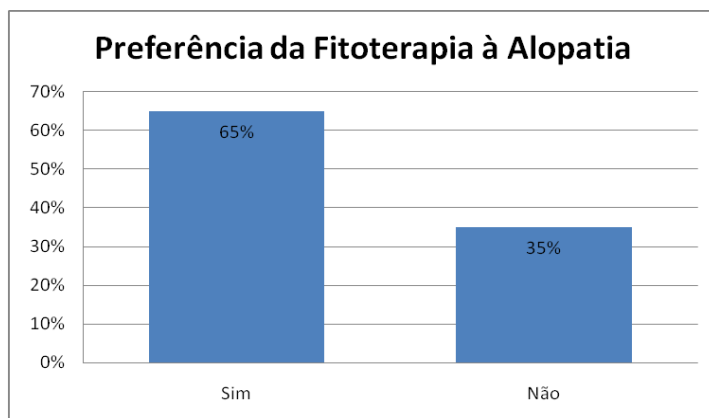
Gráfico 17 - Crianças que tem uma alimentação diferenciada da alimentação dos adultos

Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

Para fins deste trabalho, foram consideradas crianças, aquelas com idade até 13 anos. O Gráfico 17 mostra que a maior parte delas tem a mesma alimentação dos adultos. Outras crianças consomem alguns alimentos diferenciados dos adultos, como: achocolatado, gelatina, bolacha, pipoca, leite, carnes, chás, salada, cereais, danoninho e refrigerante, o que não

significa ser uma alimentação mais saudável que a alimentação dos adultos. Alguns alimentos como verduras, carnes, leite e saladas são importantes para o crescimento delas. Porém, algumas crianças consomem alimentos supérfluos, como refrigerante e pipoca.

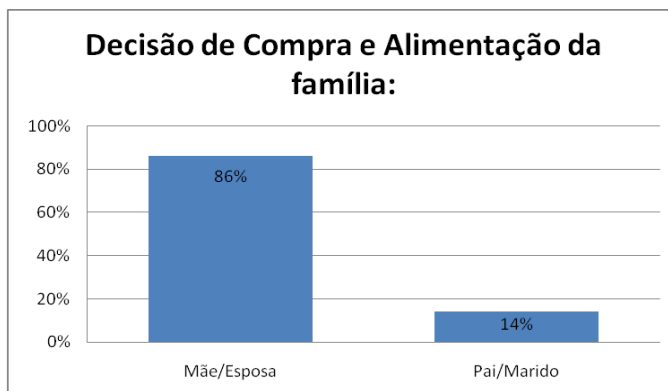
Gráfico 18 - Preferência dos entrevistados da fitoterapia à alopatia



Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

Muitos dos entrevistados preferem recorrer à fitoterapia ao invés da alopatia (gráfico acima), quando ficam doentes e se o caso não for considerado grave como, por exemplo, uma dor de garganta, gripe, febre, dor de barriga, etc. As plantas mais utilizadas por eles são a manjerona, a folha de laranja, chá de alho, raiz de salsinha, boldo, folha de figo, arruda, guiné do reino, camomila, hortelã, folha de limão com mel, erva cidreira, alecrim, penicilina, melissa, capim limão, erva doce, malva, melhoral, cataflan, catinga de mulata, losna, cavalinha, guaco e vick.

Gráfico 19 - Decisão de compra dos alimentos nos domicílios e dos pratos a serem preparados



Fonte: respostas questionário aplicado pela autora (2011)

Perguntou-se também sobre quais alimentos os entrevistados comprariam caso tivessem mais recursos. As respostas variaram entre carnes, frutas, verduras, leite, peixe, aipim e polenta.

Quem decide o que será comprado e os pratos a serem preparados em casa diariamente, é, na maioria das vezes, a mãe/esposa, que tem papel fundamental na realização das compras e preparo dos alimentos em casa, corroborando com Maluf (2006), quando diz que deve ser levada em consideração a forma como se dão as escolhas na alimentação, destacada pelo papel da mãe/esposa/dona-de-casa na entrada dos alimentos nas famílias.

A implantação da horta comunitária do bairro Serra Alta acrescentará mais frutas, verduras, legumes, e até mesmo a possibilidade de criação de animais como galinhas para produção de ovos e de carne na alimentação dessas pessoas, futuramente. Entre os trabalhos que são realizados pelas técnicas do CAAUP, com o apoio da prefeitura, do movimento dos trabalhadores rurais sem terra (MST) e das assistentes sociais do município, é o de motivação da comunidade, para que participem ativamente da horta, pois muitas dessas pessoas contribuem durante um tempo e acabam abandonando em outros momentos. O objetivo é que a participação seja frequente, fazendo com que a horta seja um momento de lazer, terapia, troca de conhecimentos e receitas entre as pessoas participantes, além da possibilidade de acesso a alimentos sem agrotóxico, que muitas vezes é difícil de ser comprado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Atualmente, percebe-se a necessidade de uma produção agroecológica e saudável em meio a um país com um sistema de produção altamente convencional, com a utilização de insumos químicos, pelo qual os alimentos consumidos sofrem alterações diante da alta produção e, conseqüentemente, da quantidade de procedimentos industriais com adição de substâncias químicas que garantem, entre outras, alta durabilidade de prateleira, mais praticidade de preparo, economizando no tempo de cozimento desse alimento, mas perdendo no que se refere à qualidade. Muitas das doenças geradas na atualidade são causadas devido aos maus hábitos alimentares. Por isso, ter uma boa alimentação é questão de saúde pública.

A maioria das pessoas entrevistadas piorou sua alimentação ao chegarem à cidade, pois não tem condições de acessar a mesma alimentação saudável e natural que tinham na área rural. As pessoas que sempre moraram na área urbana não notam uma diferença significativa na alimentação.

O sistema de produção agroecológico, com integração de plantas e animais, é uma boa forma de promover, através das hortas comunitárias, uma alimentação saudável, que garante a segurança alimentar de toda a população.

A origem das pessoas tem uma grande relação com os seus hábitos alimentares, e nota-se que alguns costumes na alimentação são passados de pai para filho ao longo dos anos.

Há uma conscientização das pessoas em se alimentarem de forma saudável, não dependendo apenas da cesta básica que recebem, e por isso é que a maior parte dessas pessoas tem suas hortas caseiras, porém, em menor quantidade e diversidade que quando moravam em área rural.

Alimentos que podem ser inclusos na horta comunitária urbana de Serra Alta são: o milho, feijão, café, repolho, beterraba, batata, aipim, alface, batata doce, brócolis, tomate, tomate japonês, cebola, cebolinha, salsinha, couve-flor, cenoura, dentre outros. Esses foram os alimentos mais mencionados nas entrevistas que as pessoas tinham antigamente e outros ainda têm hoje em suas hortas caseiras, que eles consomem com maior frequência.

As frutíferas mais mencionadas pelas pessoas nas entrevistas foram a maçã, a pêra, a laranja, a tangerina, a banana, o limão, a melancia, o pêssego, a ameixa, e a uva.

Todos os alimentos mencionados são de grande consumo pela comunidade do bairro participante da horta comunitária Serra Alta; por isso, seria interessante o acréscimo desses

alimentos na horta, pelo maior espaço físico e mais pessoas para ajudar no trabalho de cuidado com a horta, e futuramente da criação de animais. A horta proporciona muitos benefícios, incluindo a troca de conhecimento com os vizinhos, o lazer, terapia e a segurança alimentar da família, podendo assim melhorar a saúde e qualidade de vida da população.

Desta forma não há como não reconhecer o caráter extremamente positivo desta política pública ao incentivar e financiar a construção de hortas comunitárias.

O que se observou no município foi uma perfeita integração desta política do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome com todo o empenho da Prefeitura Municipal de São Bento do Sul, o que acabou, na conjugação e sincronia dos esforços, produzindo uma horta urbana comunitária exemplar, cujos benefícios potenciais podem atingir centenas de famílias pobres.

Para finalizar agregamos as seguintes noções:

- É indispensável a permanente vigilância por parte da Prefeitura para assegurar a perenização da horta. É muito comum, após um entusiasmo inicial de um prefeito, que a ação perca importância para seu sucessor, levando paulatinamente a seu abandono;
- Para que isto ocorra é fundamental que a Prefeitura institua formalmente a iniciativa, ou seja, na forma de lei municipal designando uma política de agricultura urbana;
- Não menos importante é a ampliação da iniciativa, tanto no sentido de incluir novos plantios (feijão, milho, hortaliças, plantas medicinais, etc como indicado nas respostas), como partir para a criação de pequenos animais, sobretudo aves.

O balanço geral deste TCC não poderia ser mais positivo na avaliação de uma política pública federal direcionado aos setores mais frágeis da desigual sociedade brasileira. Fica, por fim, a expectativa de que a experiência se espalhe por todos os recantos do país.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BORGES, Ana Marta de Brito. **Comensalidade: a mesa como espaço de comunicação e hospitalidade**. Intercom: Sociedade brasileira de estudos interdisciplinares da comunicação. XXXIII Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação, Caxias do Sul-RS, setembro de 2010.

BRAGA, Vivian. **Cultura Alimentar**: contribuições da antropologia da alimentação. *Saúde Rev.*, Piracicaba, 6(13), 2004, pp. 37-44.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Disponível em: http://www1.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia_visualiza.php?id_noticia=1763&id_pagina=1. Acesso em: 24/03/2011.

INCA. Instituto Nacional de Câncer. Disponível em: http://www.inca.gov.br/conteudo_view.asp?ID=18. Acesso em: 27/05/2011

BURLANDY, L; MAGALHÃES, R; MALUF, R. S. et al. **Construção e Promoção de sistemas locais de segurança alimentar e nutricional: aspectos produtivos, de consumo, nutricional e de políticas públicas**. Relatório técnico 3 - CERESAN (Centro de referência em segurança alimentar e nutricional). Rio de Janeiro, outubro de 2006.

BRASIL. Lei Federal nº 11.346 de 15 de setembro de 2006- Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional. 2006.

CONSELHO NACIONAL DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL: CONSEA. **A Segurança alimentar e nutricional e o direito humano a alimentação adequada no Brasil**. Indicadores e monitoramento da constituição de 1988 aos dias atuais. Brasília, novembro de 2010.

CSANA. Coordenadoria de Segurança Alimentar Nutricional. Cartilha: **Secretaria Municipal de Trabalho e Desenvolvimento Social - Contagem (MG)**, 2008.

FLANDRIN, Jean-Louis; MONTANARI, Massimo, **História da Alimentação**. Tradução de Luciano Vieira Machado e Guilherme J. F. Teixeira. São Paulo : Estação Liberdade, 1998.

GARCIA, Ricardo. **Pobreza na imprensa**: um observatório da EAPN Portugal. Jornal Público, 2007.

GARCIA, Rosa Wanda Diez. **Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana**. *Rev. Nutr.* [online]. 2003, vol.16, n.4, pp. 483-492.

MALUF, Renato S. **Segurança Alimentar** - Resgate e valorização da cultura alimentar. Seminário cultura e alimentação. SESC Vila Mariana-SP, Outubro de 2006.

MOREIRA, C. **Cidades ecológicas, produtivas e socialmente sustentáveis**. Boletim MDS 173. 2008. Disponível em: <http://www.mds.gov.br/saladeimprensa/boletins/boletimmds/173/cidades-ecologicas-produtivas-e-socialmente-sustentaveis-crispim-moreira-11-11-08.pdf>

PINHEIRO, Karina Aragão de Paula Nobre. **História dos Hábitos Alimentares Ocidentais.** Universitas: Ciências da Saúde, Vol. 3, No 1- pp 173- 190 (2005).

SANTANDREU, Alain; LOVO, Ivana Cristina. **Panorama da agricultura urbana e periurbana no Brasil e diretrizes políticas para sua promoção.** Identificação e caracterização de iniciativas de AUP em regiões metropolitanas brasileiras. Belo Horizonte, junho de 2007.

PMSBS. Prefeitura Municipal de São Bento do Sul. Disponível em: <http://www.saobentodosul.sc.gov.br/>. Acesso em: 26/03/2011.

SCHMITZ, Bethsáida de Abreu Soares et al. **A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis: uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantina escolar.** *Cad. Saúde Pública* [online]. 2008, vol.24, suppl.2, pp. s312-s322. ISSN 0102-311X

SOUZA, Ana Paula. **Análise Crítica dos Aspectos Estruturais da Pirâmide Alimentar do Departamento Norte Americano de Agricultura (USDA) e da Pirâmide Alimentar da Universidade de Harvard.** Clínica de Nutrição Santé e Consultoria .2009. Disponível em: <http://www.clinicadenutricao.com.br/nutricaoesaudefinal.php?id=895> Acesso em: 10/05/2011.

REFERÊNCIAS CONSULTADAS

FAO. **Diagnóstico Participativo da Situação Alimentar e Nutricional da Comunidade.** 1997.

FREITAS, Maria do Carmo Soares; PENA, Paulo Gilvane Lopes. **Segurança alimentar e nutricional: a produção do conhecimento com ênfase nos aspectos da cultura.** *Rev. Nutr.* [online]. 2007, vol.20, n.1, pp. 69-81.

ANEXOS

ANEXO 1

Questionário

- Qual a sua etnia?

() Alemão

() Italiano

() Indígena

() Outro _____

- Tem origem da área rural?

() Sim () Não

- Pratica ou já praticou agricultura?

() Sim () Não

- Se sim, que tipo de agricultura?

() Sem utilização de insumos químicos

() Com Utilização de insumos químicos

- Quais os produtos produzidos?

() Hortaliças, quais _____

() Frutíferas, quais _____

() Avicultura

() Suinocultura

() Bovinocultura de corte

() Bovinocultura de leite

() Outros _____

- Tem horta em casa?

() Sim () Não

- Se sim, o que planta?

() Hortaliças, quais_____

() Frutíferas, quais_____

() Grãos, quais_____

() Outros_____

- Do que plantam, o que consomem?

- Quantas vezes por semana se consomem frutas e hortaliças?

() Raramente

() 1 ou 2 vezes por semana

() 3 a 5 vezes por semana

() Mais que 5 vezes por semana

- O que se comia no café da manhã, almoço e jantar antigamente? (citar os principais alimentos).

Café da manhã_____

Almoço_____

Jantar_____

- O que se come no café da manhã, almoço e jantar atualmente? (citar os principais).

Café da manhã_____

Almoço_____

Jantar_____

- Quais os alimentos que se comia antigamente que hoje não se come mais que o Sr (a) sente falta? _____

Por que houve essa mudança? (se houve)

Qual a sua avaliação em relação à alimentação que a sua família tinha antigamente e a alimentação que tem hoje? Por quê?

☐ Está melhor

☐ Está igual

☐ Está pior

Por quê?

- Como as famílias conseguem seus alimentos?

☐ Compram

☐ Produzem

☐ Ganham através de programas do governo, qual? _____

☐ Ganham de outras pessoas

- Recebe cesta básica?

☐ Sim ☐ Não

O Sr (a) está satisfeito com a cesta básica que recebe?

☐ Sim ☐ Não

Se não, o que falta?

As crianças comem algo diferente?

() Sim () Não

Se sim, quais os alimentos diferenciados?

- Prefere fitoterapia à alopatia?

() Sim () Não

Se sim, quais as ervas mais utilizadas?

Se a família tivesse mais recursos quais os alimentos que o Sr(a) desejaria comer e em maior quantidade ou maior frequência?

Quem decide o que comer em casa? Quem decide os pratos a serem cozinhados/preparados no dia a dia?
